

心も身体も
リフレッシュ！

LET'S TRY!

はじめての マットピラティス

開催日

4/29
(火・祝)
13:30-14:30

大
歓
迎

- ☒ 運動経験があまりない方
- ☒ 痛み・姿勢を改善したい方
- ☒ 筋肉をつけてやせたい方



三武万寿巳

PHI Mat Pilates I II
instructor
R-1セラピストコース



長谷愛里彩

理学療法士
FRP instructor (BI)
Reline Pilates instructor

場所：丸亀市市民交流活動センター
マルタス
マルタスROOM3 (2階)

参加費：500円

定員：10名

持ち物：飲み物・タオル
マットorバスタオル

お問合せ：電話・予約サイトからお願いします👉



メディカル
フィットネス
Believe

☎0877-35-8648

時間 9:00~20:00 (日・月定休)
〒763-0071 丸亀市田村町1780-1

無料体験
受付中